

**La mayoría de la gente juega sin problemas.  
Pero, muchos adultos mayores desarrollan problemas  
serios con los juegos de azar.**

**Los adultos mayores usualmente  
participan en juegos al azar:**

- Porque se sienten aburridos o solos
- Por la emoción
- Para no pensar en sus problemas
- Porque tienen falsas esperanzas de grandes ganancias

**Signos de advertencia de  
problemas con los juegos de azar:**

- Juegan para no acordarse de sus preocupaciones o para reducir la depresión o la soledad
- Necesitan apostar cantidades cada vez más grandes de dinero para mantener la emoción
- Se alejan de la familia, los amigos o las actividades habituales
- No dan cuentas de bloques de tiempo perdidos
- El estado de ánimo cambia si ganan o si pierden
- Descuidan las necesidades personales o la salud
- Se sienten ansiosos después de jugar
- Mienten cuando se les pregunta por sus hábitos de jugar
- Usan el fondo de jubilación o canjean una póliza de seguro para financiarse el juego

## El juego

Cada año, más y más adultos mayores participan en los juegos de azar. Juegan en casinos, apuestan en carreras o en otros juegos de azar, como el póquer.

Aunque la mayoría de los juegos no causan problemas, algunas personas se “enganchan” con los juegos de azar, así como algunas personas se hacen dependientes del alcohol.

Las consecuencias pueden ser graves. Los adultos mayores que desarrollan un problema con el juego están en peligro de perder los ahorros de toda su vida. A diferencia de alguien más joven, la persona mayor tiene pocas oportunidades de reponer este dinero.

El juego de bajo riesgo es una manera de jugar sin crearse los problemas que tendría si pierde el control. La clave del juego de bajo riesgo es darse cuenta de que “sólo es un juego”.

Si desea ayuda, llame al:

**1-800-426-2537**

las 24 horas del día/los 7 días de la semana

**Deje que sea sólo  
recreativo**

Los jugadores de bajo riesgo entienden que, aunque podrían tener suerte de vez en cuando, es muy probable que a la larga pierdan dinero. Saben que los juegos de azar funcionan así.

Los jugadores de bajo riesgo ven los juegos de azar como una forma de entretenimiento, no como una manera de ganar dinero. Para ellos, perder en un juego es sólo el costo del entretenimiento de un día, como el costo de un boleto para el cine o una cuenta de restaurante.

**Los jugadores de bajo riesgo  
siguen estas sugerencias:**

- Deciden por adelantado la cantidad que pueden perder y lo cumplen
- Nunca piden dinero prestado para jugar
- Ponen un límite al tiempo que van a jugar
- Toman descansos con frecuencia
- Equilibran el juego con otras actividades
- Sólo juegan usando el dinero que separaron para la diversión, nunca usan el dinero que necesitan para sus gastos diarios
- No juegan cuando se sienten estresados, deprimidos o con problemas